

GAMBARAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA DEWASA AWAL PENYANDANG *CEREBRAL PALSY*

Aulia Wahidatul Fajriah

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, E-mail:
aulia.18056@mhs.unesa.ac.id

Ira Darmawanti

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, E-mail:
iradarmawanti@unesa.ac.id

Abstrak

Setiap individu diharapkan dapat menjalankan tugas perkembangan pada masa dewasa awal agar dapat tercapainya *psychological well-being*. Akan tetapi tidak semua orang dilahirkan dengan kondisi yang sempurna misalnya saja individu penyandang *cerebral palsy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami gambaran *psychological well-being* pada dewasa awal penyandang *cerebral palsy*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek pada penelitian ini adalah penyandang *cerebral palsy* sejak lahir dengan kategori dewasa awal. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi. Teknik analisa data menggunakan analisa tematik serta menggunakan member check dan triangulasi data sebagai uji keabsahan data. Hasil penelitian menunjukkan jika subjek memiliki *psychological well-being* yang cukup baik. Subjek mampu menerima dirinya sehingga mampu merasa percaya diri. Hubungan positif dilakukan dengan saling menyayangi, melengkapi dan berempati. Kemandirian yang terjadi pada kedua subjek sedikit berbeda. Hal ini dikarenakan perbedaan kategori *cerebral palsy* yang dialaminya sehingga menyebabkan SR lebih memiliki kemandirian dari pada LA. Kemampuan beradaptasi juga dimiliki oleh kedua subjek. Adanya tujuan hidup membuat kedua subjek selalu bersemangat dan berusaha. Pengembangan diri dilakukan oleh kedua subjek agar dapat terus mengembangkan potensinya.

Kata Kunci: dewasa awal, *cerebral palsy*, *psychological well-being*

Abstract

Each individual is expected to be able to carry out developmental tasks in early adulthood in order to achieve psychological well-being. However, not everyone is born with perfect conditions, for example individuals with cerebral palsy. This study aims to determine and understand the description of psychological well-being in early adults with cerebral palsy. This study uses a qualitative method with a case study approach. The subjects in this study were people with cerebral palsy from birth with the category of early adulthood. Data were collected through semi-structured interviews and observation. The data analysis technique uses thematic analysis and uses member checks and data triangulation as a test of the validity of the data. The results showed that the subject had a fairly good psychological well-being. Subjects are able to accept themselves so they can feel confident. Positive relationships are carried out by loving, complementing and empathizing. The independence that occurs in the two subjects is slightly different. This is due to the different categories of cerebral palsy he experienced, causing SR to have more independence than LA. Adaptability is also owned by both subjects. The existence of a purpose in life makes both subjects always enthusiastic and trying. Self-development is carried out by both subjects so that they can continue to develop their potential.

Kata Kunci: *Early adulthood, cerebral palsy, psychological well-being*

PENDAHULUAN

Pada periode perkembangan manusia, masa dewasa adalah masa dimana seseorang telah dianggap mampu mengemban tanggung jawab sepenuhnya sebagai orang dewasa (Brebahama & Listyandini, 2016). Menurut Papalia *et al.* (2008) menjelaskan pengelompokan periode perkembangan dewasa dibagi menjadi tiga yang terdiri dari masa dewasa muda dengan usia 20-40 tahun, masa dewasa madya dengan usia 40-60 tahun dan masa dewasa lanjut usia dengan usia 60 tahun hingga akhir hidupnya.

Dari tahapan perkembangan tersebut, masa dewasa muda atau disebut juga dewasa awal dianggap yang paling kritis. Hal ini dikarenakan merupakan masa transisi dimana manusia akan menjalani kehidupan yang sesungguhnya (Brebahama & Listyandini, 2016). Masa dewasa awal merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa. Dimana rentang usia dimulai sekitar 18-25 tahun dan masa dewasa awal ini ditandai dengan eksperimen dan eksplorasi (Santrock, 2011). Sehingga wajar jika pada masa ini sering dihadapi dengan beraneka ragam persoalan.

Putri (2019) mendefinisikan jika masa dewasa awal merupakan masa pencarian, masa penemuan, masa pemantapan dan masa reproduktif yang berarti dipenuhi masalah serta ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan beberapa nilai, kreativitas serta penyesuaian diri terhadap pola hidup yang baru. Lalu dijelaskan jika dalam menjalani kehidupannya sangat perlu dan penting bagi orang dewasa awal untuk dapat menyelesaikan tugas perkembangannya supaya hidupnya tidak menghadapi masalah yang kompleks dan agar dapat merasa bahagia dalam menjalani kehidupan yang akan datang (Putri, 2019).

Ada berbagai aspek yang dapat mendukung manusia agar manusia dapat menjalankan tugas perkembangannya secara optimal sehingga dapat merasakan kesejahteraan dalam hidupnya. Misalnya dengan memiliki keadaan fisik yang prima, kesehatan mental, dan juga lingkungan sosial sekitar yang selalu mendukung. Pada keadaan fisik pada dewasa awal ini, King (2007) memaparkan jika seseorang yang berada pada usia dewasa awal memiliki fisik dan kesehatan yang prima bahkan sedang berada dalam puncaknya. Papalia *et al.* (2008) juga menjelaskan jika kondisi tubuh manusia pada periode dewasa awal sedang berada pada kondisi yang terbaik, sehingga dapat mendukung individu dalam memenuhi berbagai tuntutan peran sebagai orang dewasa. Akan tetapi, tidak semua individu diberikan karunia dengan kesehatan dan kesempurnaan fisik. Sebagian dari mereka justru mempunyai keterbatasan pada fisiknya yang sering disebut sebagai penyandang disabilitas (Brebahama & Listyandini, 2016).

Widinarsih (2019) memberikan penjelasan jika penyandang disabilitas merupakan seseorang yang mempunyai keterbatasan fisik, intelektual, mental atau indera pada jangka waktu yang lama. Disebut dengan keterbatasan fisik apabila individu kehilangan (seluruh atau sebagian) fungsi tubuh dalam kegiatan motorik (gerak) seperti motorik halus, berbicara, berjalan, pergerakan tangan dan lain sebagainya (Handoyo *et al.*, 2020). Dalam dunia pendidikan penyandang keterbatasan fisik juga disebut sebagai tunadaksa (Luhpuri & Andayani, 2019). Dalam kategori penyandang disabilitas fisik ini terdapat beberapa gangguan yang terjadi pada individu salah satunya disebabkan karena adanya gangguan pada sistem cerebral di otak yang biasa dikenal dengan *cerebral palsy*. *Cerebral palsy* atau CP bukan disebut sebagai penyakit, akan tetapi kondisi seperti ini cukup jarang ditemui (Anindita & Apsari, 2020). Handoyo *et al.* (2020) memaparkan bahwa *cerebral palsy* biasanya disebabkan oleh kerusakan yang

terjadi pada otak saat sebelum atau selama kelahiran anak.

Cerebral palsy merupakan suatu kondisi yang ditandai buruknya pengendalian otot, mengalami lumpuh, mengalami kekakuan, buruknya keterampilan motorik kemampuan bergerak dengan cara terkoordinasi dan juga terjadinya gangguan pada fungsi saraf yang lain (Kristiawan *et al.*, 2016). Gangguan motorik bisa terjadi karena terjadinya kerusakan pada jaringan otak, terkhusus pada pusat motorik atau jaringan yang menghubungkan. Kerusakan pada otak ini biasanya bisa terjadi pada masa kehamilan, persalinan atau selama proses pembentukan syaraf pusat (Anindita & Apsari, 2020). *Cerebral palsy* adalah penyakit kronik yang sifatnya permanen dan mengenai pusat pengendalian pergerakan atau otot, yang disebabkan karena cedera atau perkembangan abnormal pada otak, sering terjadi awal kelahiran. *Cerebral palsy* menyebabkan gangguan gerakan terkait dengan refleks berlebihan atau kekakuan, postur tubuh yang abnormal, gerakan tak terkendali, goyangan saat berjalan, atau beberapa kombinasi dari gangguan tersebut (Septiningsih & Cahyanti, 2014). Selain itu, penyandang *cerebral palsy* bisa juga disertai dengan gangguan penyerta seperti gangguan pendengaran, penglihatan, dan juga mental.

Pada penyandang *cerebral palsy* yang disertai dengan gangguan penyerta, individu tersebut tidak akan terlalu merasa terganggu dengan kondisinya, sebab individu tersebut tidak mampu membandingkan dirinya dengan orang lain. Akan tetapi pada individu penyandang *cerebral palsy* murni yakni tanpa gangguan penyerta, maka individu akan memiliki perasaan jika dirinya berbeda dengan orang lain. Individu tersebut dapat membandingkan dengan orang pada umumnya, sebab penyandang *cerebral palsy* murni dapat berpikir, berbicara, dan mendengar seperti individu pada umumnya (Maimunah, 2013). Individu *cerebral palsy* membutuhkan perhatian khusus agar dapat menunjang kehidupannya menjadi lebih baik dan optimal.

Handoyo *et al.* (2020) menyebutkan jika keterbatasan yang terjadi pada penyandang *cerebral palsy* membuat mereka tidak mampu memenuhi kebutuhannya sendiri dan harus mendapatkan bantuan dari orang lain. Sehingga hal tersebut bisa dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya. Kondisi tersebut menyebabkan individu mempunyai kemampuan terbatas untuk memenuhi kebutuhan hidupnya secara mandiri (Venty *et al.*, 2015). Padahal kemandirian merupakan salah satu dimensi dari kesejahteraan psikologis atau disebut dengan *psychological well-being*. *Psychological well-being* adalah suatu bentuk

pencapaian atau kesejahteraan psikologis individu dalam menerima diri, pengembangan diri, kemandirian dan kemampuan dalam berinteraksi secara positif dengan lingkungan sekitar (Ryff, 2014).

Cerebral palsy merupakan salah satu jenis tunadaksa dimana menurut pengelompokannya termasuk pada tunadaksa yang mengalami hambatan pada sistem cerebral (Wicaksana et al., 2018). Sehingga individu dengan *cerebral palsy* terkadang juga mendapatkan pandangan dan perlakuan yang sama dengan individu tunadaksa. Yuniati et al. (2017) menjelaskan jika perilaku tidak adil, menilai tunadaksa sebagai kelompok yang tidak produktif, lemah, serta hanya perlu untuk disantuni dan dikasihani sehingga berdampak pada penilaian yang diberikan terhadap kehidupannya dan dapat mempengaruhi *psychological well being* penyandang disabilitas fisik tersebut. Kondisi fisik individu dengan *cerebral palsy* akan berbeda tergantung pada tingkatan kondisinya, namun sebagian besar dari mereka tidak dapat bergerak dan beraktivitas dengan bebas (Maimunah, 2013). Adelina et al. (2018) menerangkan jika kondisi ini juga dapat menyebabkan ketidakbahagiaan serta menjadi penghambat dalam menuju kesejahteraan psikologis atau *psychological well being*. Ryff (2014) mengemukakan jika arah *psychological well-being* yang ia jelaskan mengarah pada kebahagiaan.

Menurut Ryff (2014) *psychological-well being* mempunyai enam aspek yang terdiri dari penerimaan diri (*self acceptance*) yaitu mengenai kemampuan individu dalam mengevaluasi diri dan masa lalu pribadinya secara positif. Aspek kedua yakni jalinan hubungan yang positif dan berkualitas dengan orang lain (*positive relations with others*) dimana hal ini terkait dengan kemampuan menjalin hubungan pribadi yang hangat dan saling mempercayai. Selanjutnya aspek ketiga yakni kemandirian (*autonomy*) yang meliputi determinan diri dan independen. Lalu aspek keempat yakni penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) yang berkaitan kemampuan mengelola hidup dan alam lingkungan sekitar secara efektif penguasaan lingkungan. Aspek yang kelima yakni tujuan hidup (*purpose in life*) mengenai keyakinan bahwa kehidupan manusia mengarah pada sebuah tujuan dan kebermaknaan hidup dan aspek terakhir yakni pengembangan pribadi (*personal growth*) yang merupakan proses tumbuh dan berkembang sebagai pribadi secara berkesinambungan.

Bentuk fisik dan penampilan yang kurang sempurna pada masa dewasa awal dapat mempersulit penyesuaian manusia dengan kehidupan sosial (Hurlock, 2009). Mereka juga tetap harus mampu

beradaptasi untuk menjalankan dan melalui tugas perkembangannya pada masa dewasa awal ini walaupun fisiknya tidak lagi sempurna (Damayanti et al., 2021). Rahmat (2020) menyebutkan salah satu permasalahan psikologis yang dihadapi penyandang disabilitas yaitu *psychological well-being* yang rendah yang bisa mempengaruhi kemampuan dalam hal bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar atau dalam pergaulan sehari-hari. Terlebih kondisi individu dengan *cerebral palsy* ini bersifat menetap atau tidak bisa disembuhkan, artinya mereka akan menghadapi kondisi seperti ini dari kecil hingga tumbuh menjadi dewasa. Sehingga sangat penting untuk memperhatikan kondisi psikologis mereka agar mereka juga mampu meraih kesejahteraan dalam hidupnya atau sering disebut *psychological well-being*. Ryff (1989) lalu menjelaskan terkait faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis terdiri dari faktor demografi, dukungan sosial yang mereka terima, evaluasi terhadap pengalaman hidup, religiusitas dan kepribadian yang dimiliki oleh individu. Faktor-faktor tersebut akan mempengaruhi tinggi atau rendahnya tingkat *psychological well-being* yang dimiliki oleh individu.

Individu *cerebral palsy* biasanya mempunyai kesulitan dalam hal memegang objek, berjalan dan merangkak. Selain itu mereka juga mengalami kesulitan untuk mengontrol gerakan-gerakan kecil, keseimbangan berjalan, dan kesulitan dalam berbicara sehingga menjadi penghambat bagi penyandang *cerebral palsy* untuk bisa aktif dalam berbagai kegiatan layaknya individu pada umumnya (Venty et al., 2015). Kesulitan ini membuat mereka menjadi rendah diri dan selalu membutuhkan bantuan orang lain yang hal tersebut menggambarkan *psychological well-being* yang rendah. Akan tetapi, berbeda dengan yang terjadi di komunitas Perkumpulan Penyandang Disabilitas Indonesia (PPDI) dimana terdapat 2 orang anggotanya merupakan penyandang *cerebral palsy* yang dialami sejak lahir. Berdasarkan hasil observasi menjelaskan bahwa mereka mampu menjalani dan beradaptasi dengan lingkungannya dengan positif dan aktif mengikuti kegiatan di dalam maupun diluar komunitas. Hal tersebut merupakan bagian dari dimensi *psychological well-being*.

Berdasarkan informasi yang didapat subjek juga memiliki semangat yang tinggi dalam menempuh pendidikan walaupun kategori *cerebral palsy* yang dideritanya termasuk pada tingkatan paling berat. Hal ini dibuktikan dengan pendidikan yang ia tempuh tidak dilakukan di sekolah inklusi atau SLB. Sejak kecil ia memilih untuk tetap bersekolah di sekolah biasa seperti halnya anak normal lainnya. Keterbatasan yang

dimiliki oleh para subjek ini justru dijadikan motivasi bagi dirinya untuk terus berjuang meraih apa yang dicita-citakan terlebih lagi ia berasal dari keluarga yang kurang mampu. Subjek menerima kenyataan yang terjadi pada dirinya dan terus menyesuaikan dengan kehidupan sosialnya bahkan terus aktif dan bergabung di beberapa komunitas sosial.

Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Komarudin (2019) yang mengungkapkan terkait anak berkebutuhan khusus yang menjadi subjek penelitiannya mempunyai kemandirian saat melakukan aktifitas sehari-hari. Mereka mempunyai penguasaan lingkungan yang baik. Dalam menentukan tujuan hidup, subjek mempunyai cita-cita hanya saja belum mampu mengarahkannya. Selain itu hasil penelitian menjelaskan jika hubungan positif subjek dengan orang lain, dipengaruhi oleh respon lingkungan sekitar. Saat lingkungan melakukan tindakan *bullying* terhadap subjek, maka subjek merasa terancam di lingkungan tersebut. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu keduanya menggunakan topik *psychological well-being* sedangkan terdapat perbedaan terkait subjek penelitian pada penelitian ini yang mengkhususkan pada individu penyandang *cerebral palsy*.

Remaja penyandang disabilitas tunadaksa mampu dalam mencapai kesejahteraan psikologisnya walaupun mereka memiliki keterbatasan secara fisik tidak seperti teman seusianya yang lain seperti hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Damayanti *et al.* (2021). Hal ini dilihat melalui dimensi penerimaan sosial, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, memiliki tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Namun hasil penelitian juga menunjukkan jika terdapat dimensi rendah diri dan dimensi kecemasan. Salah satu subjek merasa rendah diri ketika mendekati lawan jenis sehingga membuat kurang percaya diri. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan yaitu terkait subjek penelitian dalam penelitian ini yang akan menggunakan kategori individu dewasa awal.

Adelina *et al.* (2018) menjelaskan jika penyandang tunadaksa mampu menjadi pribadi yang bahagia yaitu saat secara afektif mereka merasa bahagia dan optimis akan kehidupannya dan secara kognitif mereka merasa puas dengan kehidupannya. Penelitian ini menyebutkan jika adanya dukungan baik dari keluarga dan jejaring sosial bisa membangkitkan semangat hidup tunadaksa pasca mengalami kecelakaan serta mampu membuat hidup mereka menjadi lebih bahagia. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu keduanya menggunakan topik kesejahteraan

psikologis sedangkan perbedaannya yaitu terkait subjek penelitian dalam penelitian ini menggunakan subjek penyandang *cerebral palsy* sejak lahir.

Sebagai gangguan motorik yang paling sering terjadi pada anak yang dimulai sejak lahir penelitian mengenai *cerebral palsy* di Indonesia masih sedikit terutama mengenai gambaran *psychological well-being* pada penyandang *cerebral palsy* dan lebih spesifik lagi yang berada pada periode kehidupan individu dewasa awal yang menempuh pendidikan di sekolah normal. Berdasarkan latar belakang dan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti gambaran *psychological well-being* pada dewasa awal penyandang *cerebral palsy* yang dialami sejak lahir.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang menggunakan pendekatan studi kasus. Creswell (2013) mendefinisikan studi kasus sebagai suatu pendekatan kualitatif di mana peneliti mengeksplorasi kehidupan nyata, sistem terbatas kontemporer (kasus) atau beberapa sistem terbatas (kasus) dari waktu ke waktu, melalui pengumpulan data yang terperinci dan mendalam dengan cara melibatkan berbagai sumber informasi. Contohnya seperti, observasi wawancara, materi audiovisual, dan dokumen. Bentuk studi kasus yang digunakan yaitu studi kasus instrumental. Subjek dalam penelitian ini adalah 2 orang dewasa awal penyandang *cerebral palsy* sejak lahir. Berdasarkan data yang didapatkan pada Komunitas Perkumpulan Penyandang Disabilitas Indonesia (PPDI) terdapat 2 orang penyandang *cerebral palsy* yang tergabung dalam komunitas penyandang disabilitas yang sangat aktif terlibat dalam kegiatan komunitas.

Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan teknik wawancara dan observasi. Dalam proses penggalian informasi dengan teknik wawancara, peneliti menggunakan teknik *face to face* interview yang dilakukan secara berhadapan dengan subjek dan proses wawancara dilakukan secara mendalam (*indepth interview*). Bentuk wawancara yang digunakan adalah wawancara semi-terstruktur dimana merupakan sebuah bentuk wawancara yang lebih fleksibel, cenderung mudah digunakan dan bisa emaparkan jawaban dan disesuaikan dengan pedoman wawancara yang bisa diimprovisasi untuk mengontrol selama proses wawancara (Herdiansyah, 2015). Dan proses pembangunan rapport dilakukan peneliti sebelum melakukan wawancara dengan melakukan pendekatan secara langsung.

Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis tematik yang diartikan sebagai upaya mendapatkan tema dari temuan penting yang muncul dari data yang sedang di analisis (Pradono et al., 2018). Inti dari proses analisis ini yaitu melakukan koding, pemilahan data mengelompokkan data. Peneliti menggunakan metode *member check* dan triangulasi data sebagai uji keabsahan data baik kepada subjek dan *significant other* untuk memastikan kebenaran data yang diperoleh dari berdasarkan sudut pandang yang berbeda (Creswell, 2013). *Significant other* berasal dari orang-orang yang mengetahui dan mengenal subjek sehingga data yang diberikan akurat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Penerimaan Diri

Hasil wawancara dengan kedua subjek dapat diperoleh informasi bahwa kedua subjek telah mampu melewati proses penerimaan diri atas keterbatasan atau ketidak sempurnaan fisik yang mereka miliki. Bentuk penerimaan diri yang dilakukan oleh subjek ditunjukkan dengan adanya motivasi, timbulnya emosi positif dalam menerima diri, berpikir positif, percaya diri atas kondisi fisik, dan menikmati hidup. Hal tersebut dibuktikan dengan beberapa uraian berbagai bentuk penerimaan diri yang dilakukan oleh kedua subjek pada berikut ini:

Menjadikan Kekurangan Diri sebagai Motivasi untuk Lebih Baik

Bentuk penerimaan diri yang ditunjukkan oleh kedua subjek yaitu memiliki motivasi dalam menjalani hidup walaupun kedua subjek mengalami keterbatasan fisik. Bentuk motivasi yang ditunjukkan oleh LA dan SR sedikit berbeda. Subjek LA menjelaskan bahwa ia memiliki motivasi untuk membuktikan kepada orang-orang disekitarnya bahwa ia juga mampu untuk melakukan berbagai aktivitas walaupun dengan ketidaksempurnaan fisik yang ia miliki. Seperti yang disampaikan oleh LA berikut ini:

[..] dulu awal-awal saya dipandang tidak bisa melakukan apa-apa, mau melakukan sesuatu susah, tapi ya itu yang menjadi motivasi saya, saya mau membuktikan kalau saya mampu melakukan banyak hal (LA, 10 Januari 2022)

Subjek SR juga menjelaskan bahwa ia tidak terlalu berlarut dengan kondisi yang ia miliki. Subjek memiliki motivasi yang kuat untuk tetap dan terus berkembang.

[..] kan kita sebagai manusia itu tidak boleh menaruh perasaan itu yang terlalu berlarut-larut, sebagai manusia kita juga butuh untuk berkembang, mindset kita juga harus berubah [..] (SR, 11 Januari 2022)

Motivasi yang ditunjukkan oleh SR juga dibuktikan dengan pernyataan yang disampaikan oleh SY selaku teman dekat SR

Dia itu seperti layaknya orang normal lainnya meskipun dia difabel punya keterbatasan tapi dia punya semangat yang tinggi buat ngeraih cita-citanya, gitu [..] (SY, 12 Januari 2022)

Dari kutipan wawancara diatas dapat diketahui bahwa LA dan SR memiliki motivasi yang tinggi walaupun dengan keterbatasan yang mereka miliki. LA dan SR menjadikan kekurangan yang ada dalam diri sebagai motivasi untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

Emosi Positif dalam Menerima Diri

Bentuk penerimaan diri yang dilihat dari subjek berdasarkan hasil wawancara yaitu dengan emosi positif yang dirasakan oleh subjek. Salah satu bentuk emosi positif yang ditunjukkan subjek yaitu dengan merasa bahagia. Hal tersebut dibuktikan dengan pernyataan kedua subjek berikut ini:

[..] saya merasa masa kecil saya ya cukup bahagia ya, walaupun waktu kecil dulu saya sering mengalami sakit-sakitan (LA, 10 Januari 2022)

Hidup itu ada susahnyanya ada gampangnyanya, ada sedihnyanya ada senangnyanya juga ya itu udah berdampingan gitu kan, saya ya bahagia ngejalani hidup sekarang walaupun saya tidak dilahirkan sempurna [..] (SR, 11 Januari 2022)

Subjek LA dan SR tetap merasa bahagia walaupun mereka dilahirkan sebagai penyandang *cerebral palsy* yang menyebabkan salah satu subjek sering mengalami sakit sewaktu masa kecilnya. Bentuk bahagia ini merupakan salah satu dari emosi positif yang dirasakan diri subjek.

Berfikir Positif

Berdasarkan bentuk penerimaan diri yang dilakukan oleh LA dan SR, kedua subjek dapat melakukan penerimaan diri terhadap keterbatasan fisik yang dialami dengan tetap mampu beripikir positif.

Hal tersebut disampaikan oleh LA dan SR dalam kutipan berikut ini:

[..] saya tidak pernah merasa berbeda. Karena menurut saya keterbatasan ini merupakan ujian dari Allah SWT ya diterima aja dengan kondisi fisik begini (LA, 10 Januari 2022)

[..] saya terima aja walaupun gak bisa jalan, gak punya kaki kayak orang lain, tapi bukan alasan bagi kita untuk tidak berkembang [..], ya saya sendiri juga mampu gitu melakukan seperti apa yang orang lain lakukan (SR, 11 Januari 2022)

Dari kutipan diatas dapat dilihat bahwa LA dan SR dapat berpikir positif atas kondisi yang terjadi pada dirinya. Salah satu subjek menerima dengan ikhlas dan menganggap bahwa ini adalah ujian dari Allah SWT.

Percaya Diri atas Kondisi Fisik

Bentuk implementasi dari penerimaan diri dapat dibuktikan dengan tumbuhnya rasa percaya diri pada individu yang memiliki keterbatasan fisik. Hal tersebut ditunjukkan oleh subjek LA yang selalu menumbuhkan rasa percaya diri. Seperti yang ditunjukkan oleh pernyataan berikut ini:

Saya si tidak pernah merasa tidak percaya diri karena saya yakin dengan semua keterbatasan ini pasti juga ada kelebihanannya (LA, 15 Januari 2022)

Pernyataan tersebut sesuai dengan yang disampaikan oleh KA yaitu Ibu dari LA berikut ini:

Saya salutnya sama Ila itu dia gak malu gak minder sama temen-temennya, dia masa bodoh malah dia sering ngajak temen-temennya duluan buat berinteraksi [..] (KA, 15 Januari 2022)

Sedangkan SR mengatakan bahwa ia tetap melakukan aktivitas di depan umum seperti biasanya tanpa merasa minder. Aktivitas tersebut seperti presentasi didepan kelas, menjadi pemimpin rapat diormawa dan lainnya. Berikut pernyataan yang disampaikan oleh SR:

Lah ngapain malu mbak, saya ya pd pd aja gak minder kalau bergaul sama orang-orang. Malahan saya sering disuruh sama anak-anak buat mimpin rapat didepan terus presentasi kelompok di kelas ya itu anak-anak nyuruh saya, seneng saya kalau berbicara di depan umum (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa keterbatasan fisik yang dialami oleh subjek LA dan SR tidak menjadikan mereka merasa malu atau minder. Kedua subjek selalu menunjukkan rasa percaya diri mereka.

Bersyukur

Ketidaksempurnaan fisik yang terjadi pada subjek LA dan SR tidak menghambat kedua subjek untuk tetap bersyukur. Hal tersebut dapat dilakukan oleh subjek karena diperkuat oleh agama yang mereka miliki. Seperti kutipan yang disampaikan berikut ini:

Ya saya terus bersyukur atas apa yang Allah berikan. Diluar sana itu masih banyak yang lebih dari saya, malah ada yang sampai gak bisa bergerak, cuman diatas kasur aja (LA, 10 Januari 2022)

[..] ya ini udah ciptaan Allah udah takdirnya Allah jadi harus diterima kondisinya. Lebih bersyukur aja si rasa syukur itu yang membuat saya menerima kalau saya dilahirkan seperti ini (SR, 11 Januari 2022)

LA dan SR merasa ketidaksempurnaan fisik yang dimiliki bukan merupakan suatu hal buruk yang terjadi dalam hidupnya. Mereka tetap mensyukuri dan berusaha pasrah dengan keterbatasan fisik yang dialami.

2. Hubungan Positif dengan Orang Lain

Berdasarkan hasil wawancara hubungan positif yang dilakukan oleh kedua subjek LA dan SR yaitu dapat diketahui dari kemauan untuk tetap melakukan interaksi, saling melengkapi, menjalin hubungan yang hangat, berempati dan berperilaku adil. Hal tersebut dijelaskan pada uraian berikut:

Berinteraksi

Manusia merupakan makhluk sosial yang butuh melakukan interaksi dengan lingkungannya. LA tetap melakukan interaksi dengan teman-teman sekitarnya baik dilingkungan rumah ataupun sekolah. Berikut disampaikan dengan kutipan berikut:

[..] ya main sama temen dirumah, sekolah, madrasah, ngerjain tugas (LA, 10 Januari 2022)

Sedangkan SR menyampaikan jika ia sangat senang jika ikut berkumpul dan membantu dalam kegiatan warga desa. Hal tersebut disampaikan kutipan berikut:

[..] saya itu suka banget kalau misal ada kegiatan kumpul-kumpul di desa, misal ada yang manten gitu nah disitu ya saya bantu gitu bantu masak atau bantu-bantu apa yang saya bisa (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan tersebut dapat diketahui bahwa LA dan SR tidak menutup diri dengan orang-orang di lingkungannya. Kedua tetap mampu melakukan interaksi seperti orang pada umumnya dengan lingkungan sekitarnya walaupun memiliki keterbatasan fisik

Saling Melengkapi

Hubungan positif yang dilakukan oleh LA dan SR dapat dibuktikan dengan melalui usaha untuk saling mengisi dan melengkapi dengan lingkungan sekitarnya. Hal tersebut dijelaskan pada kutipan berikut:

[..] dalam mengerjakan tugas kelompok, saling memahami, saling mengetahui kemampuan masing-masing, saya juga harus bisa berbaur dan mengerti dengan kondisi mereka (LA, 10 Januari 2022)

Aku sendiri tinggal dilingkungan yang Alhamdulillah selalu ngedukung aku, nemenin diriku, bantuin, dan juga peduli sama aku. Disitu kita belajar untuk saling melengkapi satu sama lain [..] (SR, 11 Januari 2022)

Dari kutipan tersebut dapat disimpulkan bahwa LA dan SR berusaha untuk menyesuaikan dengan lingkungannya dengan cara saling melengkapi kebutuhan lingkungan dibalik keterbatasan fisik yang mereka miliki. Sehingga mereka tetap dapat merasakan kehangatan dalam melakukan interaksi

Menjalin Hubungan Yang Hangat

Kemampuan dalam menjalin hubungan dengan orang lain dapat memberikan dampak positif bagi individu. LA selalu berusaha untuk menjadi pendengar yang baik dan sabar sedangkan SR selalu berusaha memberikan timbal balik yang positif ketika bersosialisasi. Hal tersebut diungkapkan pada kutipan berikut:

[..] mereka selalu berusaha untuk menjadi pendengar yang sabar dan baik tiap kali saya berbicara, disini saya merasa dihargai (LA, 10 Januari 2022)

[..] jadi ya orang-orangnya saling terbuka mbak, ketika kita bersosialisasi disitu kan harus ada yang namanya timbal balik, orang baik sama saya ya saya juga baik ke orang itu [..] (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa LA dan SR mampu membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Kedua subjek selalu berusaha untuk menjadi individu yang terbuka sehingga terjalin hubungan hangat dengan sekitarnya.

Berempati

Salah satu subjek yaitu LA menunjukkan rasa empati kepada orang disekitarnya untuk menjaga hubungan yang positif. Yang ditunjukkan dengan kutipan berikut:

Sangat sangat peduli, karena saya juga menyayangi mereka dalam segala hal contohnya saling memberi semangat saat tidak semangat bersekolah, saat tidak bersemangat mengerjakan tugas begitu (LA, 10 Januari 2022)

LA memiliki rasa kepedulian yang tinggi. Hal tersebut juga dibenarkan oleh Ibu LA yang dibuktikan pada kutipan berikut:

[..] dia itu rasa pedulinya tinggi sekali, salut saya sama Ila. Dia gak tegaan, dia juga mau ngebantu ngasi support ke temen-temennya yang juga punya keterbatasan. (KA, 10 Januari 2022)

Dari kutipan diatas dapat diketahui jika LA tetap memiliki rasa peduli dan empati dengan orang sekitarnya walaupun memiliki keterbatasan fisik.

Berperilaku Adil

LA dan SR sebagai penyandang *cerebral palsy* yang berdampak pada keterbatasan fisik yang mereka miliki tidak menjadi alasan bagi mereka untuk selalu diperlakukan adil. Kedua subjek juga mampu bersikap adil dengan lingkungannya. Hal tersebut diungkapkan pada kutipan berikut:

[..] saya juga berperilaku adil, jangan karena sebagai mahasiswa difabel terus malah males ngerjain tugas atau malah gamau ngerjain (LA, 10 Januari 2022)

[..] kalau orang peduli sama saya ya saya juga peduli, kadang misal saya gak bisa bantu secara

financial ya bisa bantu secara materi atau juga bisa bantu secara moril (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa LA dan SR dibalik keterbatasannya yang dimiliki juga dapat berperilaku adil. Kedua subjek berusaha untuk dalam dalam berinteraksi dengan orang sekitarnya.

3. Otonomi

Individu yang mempunyai otonomi digambarkan dengan kemampuan dalam mengatur dirinya sendiri dan mempunyai keinginan yang sesuai dengan standart individu itu sendiri. LA dan SR berusaha melakukan berbagai cara agar dapat memiliki kemampuan otonomi. Hal tersebut dijelaskan pada kutipan berikut:

Mandiri

LA dan SR mempunyai kemampuan yang baik dalam mengatur, mengurus dan merawat dirinya sendiri walaupun dengan keterbatasan fisik yang mereka miliki. Namun LA terkadang sedikit merasa kesulitan untuk melakukan aktivitas secara mandiri sedangkan SR masih mampu menjalankan aktivitasnya dengan mandiri. Hal tersebut dibuktikan dengan kutipan berikut:

[..] mengerjakan tugas itu yang paling sering. Terus kadang beresin tempat tidur ya setidaknya saya merapikan apa yang sudah saya berantakin gitu misal habis main (LA, 10 Januari 2022)

[..] saya masih mampu dan bisa ngurus diri saya sendiri mandi ya mandi sendiri, nyuci baju, bersih-bersih ya bisa karena kan saya ini masih beruntung berada dikategori yang ringan jadi untuk urusan giat mandiri gitu masih bisa (SR, 11 Januari 2022)

Pernyataan yang disampaikan oleh kedua subjek juga diperjelas dan diperkuat oleh orang-orang yang ada disekitar subjek yang disampaikan dengan kutipan berikut:

[..] sebenarnya Ila ini kalau ditinggal bisa mandiri anaknya cuman ya sebagai orang tua juga saya kasian kalau sering meninggalkan Ila sendiri (KA, 10 Januari 2022)

[..] terus kalau misalnya nyuci nih yang notabennya difabel tapi dia bisa kok nyuci nyuci sendiri bawa ember-ember sendiri gitu (SY, 12 Januari 2022)

Dari kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa perbedaan kategori *cerebral palsy* yang dialami oleh kedua subjek menyebabkan terjadinya perbedaan aktivitas yang dapat dilakukan oleh LA dan SR. LA lebih terbatas dalam beraktivitas secara mandiri. Namun hal tersebut tidak menjadi penghalang bagi LA dalam melakukan usaha untuk mandiri.

Tidak Pernah Merasa Tertekan

LA dan SR memiliki cara sendiri dalam menghadapi tekanan sosial yang terjadi dalam hidupnya sehingga mereka merasa tidak pernah tertekan dalam menjalani hidup. Hal tersebut diungkap dengan kutipan berikut:

[..] saya sendiri ga pernah merasa tertekan sih (LA, 15 Januari 2022)

Tertekan sih gak pernah ya, gak pernah sama sekali. Cuman lebih kearah banyak pikiran aja misal ada masalah orang yang diskriminasi gitu (SR, 15 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa LA dan RS tidak pernah merasa tertekan dalam hidupnya. Kedua subjek berusaha untuk selalu menikmati hidup dan cuek dengan hal-hal negatif agar dapat hidup dengan sejahtera.

Pengambilan Keputusan

Dalam proses pengambilan keputusan LA dan SR memiliki cara yang berbeda-beda. Hal tersebut dijelaskan pada kutipan berikut:

[..] saya sih lebih memilih untuk meminta saran terlebih dulu kepada orang tua, karena menurut saya orang tua dapat memberi keputusan yang terbaik. Pokoknya komunikasi dulu musyawarah dulu sama Ayah Ibu (LA, 10 Januari 2022)

[..] jadi kalau misalkan aku nih ada masalah sama si A ya aku harus nyelesain sama si A ini gausah lah diceritain ke siapa-siapa, selagi saya mampu menyelesaikan sendiri ya pasti saya selesain sendiri dulu baru kalau saya gak mampu itu kadang minta pertimbangan atau masukan dari temen (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui jika LA lebih memilih untuk melakukan diskusi dengan orang tuanya dalam mengambil keputusan sedangkan SR selalu berusaha untuk dapat menyelesaikannya sendiri terlebih dahulu. Sehingga dapat disimpulkan

jika kedua subjek juga mampu mengambil keputusan dengan cara mereka sendiri walaupun dengan keterbatasan yang mereka miliki.

4. Penguasaan Lingkungan

LA dan SR selalu berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Kedua subjek berusaha untuk dapat terus berkembang dalam lingkungannya.

Selektif Memilih Lingkungan Sosial

LA dan SR selalu berusaha untuk memilih lingkungan yang berdampak positif bagi dirinya. Untuk itu kedua subjek selektif dalam memilih lingkungan sosialnya. Hal tersebut dibuktikan dengan kutipan berikut:

[..] sangat selektif karena saya ingin menghindari dari hal-hal yang negatif seperti narkoba, minuman keras dan lainnya (LA, 15 Januari 2022)

Iya selektif mbak, kalau aku tu lebih milih ke lingkungan yang gak toxic ke aku, ya kita bisa berteman dengan siapa saja tapi kan agar kita gak terjebak dilingkungan pergaulan yang salah [..] (SR, 15 Januari 2022)

Kutipan yang disampaikan oleh SR diperjelas dan diperkuat oleh SY dengan kutipan berikut:

Menurutku selektif si, lebih ke memilih lingkungan yang gak toxic. Selagi dia ngerasa gak toxic berarti dia ya ngerasa biasa aja si [..] (SY, 15 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara diatas dapat diketahui bahwa LA dan SR selektif dalam memilih lingkungan sosialnya. Kedua subjek tidak ingin dirugikan dan terjerumus ke hal-hal yang negatif walaupun dengan keterbatasan fisik.

Aktif Berorganisasi

Keterbatasan fisik yang dimiliki oleh LA dan SR tidak menjadi penghalang bagi mereka untuk ikut bergabung dalam organisasi. Kedua subjek aktif dalam beberapa kegiatan organisasi. Hal tersebut diungkap pada kutipan berikut:

Saya anaknya pengennya kegiatan terus. Kalau dirumah itu bosan pengennya aktif terus gitu (LA, 10 Januari 2022)

Untuk saat ini saya bergabung sama komunitas PPDII ini singkatannya itu Perkumpulan Penyandang Disabilitas Indonesia, pernah juga gabung di kelas inspiratif yang isinya bukan orang-orang difabel [..] (SR, 11 Januari 2022)

KA juga menjelaskan jika anaknya sangat suka berorganisasi walaupun keterbatasan fisik yang dimiliki berasa pada kategori berat. Hal ini disampaikan pada kutipan berikut:

[..] Ila anaknya gak mau diem, pengennya aktif terus [..] (KA, 10 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa dibalik keterbatasan fisik yang dimiliki oleh LA dan SR tidak menjadi penghalang bagi mereka untuk dapat mengeksplor diri dengan bergabung organisasi.

Bentuk Kontribusi

Keterbatasan fisik yang dimiliki oleh LA dan SR bukan menjadi penghambat bagi mereka untuk tetap berkontribusi pada lingkungan khususnya ketika bergabung dengan organisasi. Hal tersebut dijelaskan pada kutipan berikut:

Saya senang bisa bergabung di organisasi HIMABA karena saya bisa membantu mempromosikan kampus saya kepada orang banyak (LA, 15 Januari 2022)

[..] dengan kita bergabung dan berpartisipasi di suatu organisasi atau komunitas itu selain kita bisa memberikan kontribusi tentu juga pasti dengan sendiri kita bisa meningkatkan kualitas [..] Tujuanku sendiri bukan hanya untuk mengembangkan diri tapi juga untuk menebar kebermanfaat diri mbak (SR, 15 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara tersebut dapat disimpulkan jika LA dan SR ingin ikut berpartisipasi pada lingkungan khususnya pada organisasi yang diikuti oleh mereka.

Dukungan Sosial

Dukungan sosial menjadi salah satu faktor pendukung bagi kedua subjek untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Kedua subjek mendapatkan dukungan terutamanya dari kedua orang tua mereka khususnya dalam menjalin interaksi dengan lingkungan. Hal tersebut dijelaskan pada pernyataan berikut ini:

[..] dulu awal-awal saya cukup sulit untuk beradaptasi tapi orang tua selalu mendukung dan membantu saya untuk berinteraksi (LA, 10 Januari 2022)

Kalau yang paling mendukung ya jelas orang tua pertama keluarga ya, orang tuaku itu selalu mendukung apa yang aku lakukan, orang tuaku itu gak pernah maksa aku untuk selalu begini atau selalu begitu yang penting tujuannya baik sudah jalani saja gitu [..] (SR, 11 Januari 2022)

Selain itu salah satu subjek menjelaskan jika ia juga mendapatkan dukungan dari teman-temannya. Seperti pada pernyataan berikut ini:

Kalau disekolah mereka *welcome* banget, terima saya, mendukung saya bahkan tanpa dukungan dari mereka di Sekolah saya bukan apa-apa (LA, 10 Januari 2022)

Dukungan sosial yang dapat memberikan pengaruh kepada kedua subjek yaitu kedua orang tuanya. Orang tua subjek tidak pernah berhenti memberikan dukungan. Dukungan tersebut dapat membuat LA dan SR merasa hidup sejahtera.

5. Tujuan dalam Hidup

Setiap manusia pasti memiliki tujuan dalam hidupnya. Mereka akan selalu melakukan usaha agar dapat menjadi manusia yang positif yang memiliki tujuan, keinginan, dan hidup terarah pada tujuan tertentu yang dapat memberikan kontribusi dan merasakan bahwa kehidupannya berarti.

Menciptakan Kebahagiaan

LA dan SR merupakan contoh dari manusia yang memiliki tujuan hidup salah satu tujuan hidup dari kedua subjek yaitu ingin membahagiakan orang tua. Hal tersebut disampaikan pada kutipan berikut:

Tujuan hidup saya itu saya cuman pingin selalu membahagiakan orang tua saya, bisa bermanfaat untuk masyarakat sekitar dimanapun saya berada (LA, 10 Januari 2022)

[..] lebih kearah membahagiakan orang tua dan memberikan kebermanfaatn kepada orang lain sebenarnya kalau tujuan secara spesifik gak terlalu detail (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan tersebut dapat disimpulkan bahwa LA dan SR memiliki ingin menciptakan

kebahagian bagi lingkungan sekitar mereka dibalik keterbatasan fisik yang mereka miliki.

Usaha Mencapai Tujuan Hidup

Tujuan hidup yang dimiliki oleh LA dan SR akan dapat terwujud jika keduanya melakukan berbagai macam usaha. Kedua subjek mempunyai caranya masing-masing untuk mencapai tujuan dalam hidupnya. Berikut dibuktikan dengan kutipan berikut:

Ya terus belajar, terus berusaha, terus mendalami apa yang menjadi cita-cita saya sehingga disitu saya harus memahami karakter-karakter orangnya seperti apa dan memahami apa yang dibutuhkan oleh mereka (LA, 10 Januari 2022)

Kita harus selalu berusaha gitu harus mampu melewati setiap tahapannya. Kalau misal kita ingin jadi pimpinan perusahaan ya kita harus jadi staff dulu gak bisa langsung jadi staff gitu kan. Jadi yauda lakuin secara maksimal dulu apa yang udah ada terus juga kita harus punya target yang jelas mau apa kedepannya dan bagaimana cara meraihnya gitu [..] (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa keterbatasan yang dimiliki oleh LA dan SR tidak menjadi penghalang bagi mereka untuk melakukan berbagai macam cara dalam mencapai tujuan hidup.

Hal Yang Diinginkan

Selain tujuan hidup yang dimiliki oleh LA dan SR, mereka mempunyai keinginan yang luar biasa. Mereka menginginkan diri mereka dapat bermanfaat untuk sekitarnya. Hal tersebut dijelaskan pada kutipan berikut:

[..] suatu saat saya ingin menjadi orang yang mampu menginspirasi mereka para penyandang difabel ini (LA, 10 Januari 2022)

[..] ingin bantu mengangkat derajat keluargaku mbak, terus kan ya selama ini aku sering dibantu sama orang-orang sekitar jadi ya aku pengen balas budi sama mereka [..] dengan cara membanggakan mereka gitu ingin membuktikan ke mereka kalau aku juga mampu seperti orang lainnya (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan wawancara tersebut dapat disimpulkan jika dibalik keterbatasan fisik yang mereka miliki mereka memiliki keinginan yang mulia

dan luar biasa. LA berharap orang-orang disekitarnya dapat terinspirasi dari dirinya sedangkan SR berharap dirinya dapat membanggakan orang-orang yang ada disekitarnya.

6. Pengembangan Diri

Setiap individu memiliki kemampuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Keterbatasan yang dimiliki oleh LA dan SR tidak menjadi penghambat bagi mereka untuk mengembangkan potensi yang mereka miliki.

Sadar akan Potensi

LA dan SR sadar dan memahami potensi diri yang mereka miliki. Kedua subjek memiliki potensi yang berbeda-beda. Seperti yang dijelaskan oleh LA pada kutipan berikut:

Saya masih proses mendalami ilmu komputer, karena saya suka aja gitu sama hal-hal yang berkaitan dengan komputer. Selain itu saya juga dalam proses mendalami bahasa inggris, karena saya ingin mahir menggunakan bahasa inggris [...] (LA, 15 Januari 2022)

Berbeda dengan LA yang mahir dalam ilmu komputer dan bahasa inggris, SR menyadari kemampuannya dibidang tulis menulis dan juga mengajar. Berikut kutipan yang disampaikan oleh SR:

Kalau kemampuan ya aku suka nulis mbak nulis puisi, suka buat kata-kata bijak gitu hehe, terus suka ngajar juga anak-anak di desa ngasih les gitu ke anak kecil. Aku juga pernah nulis artikel di beberapa website, terus pernah juga nulis di antologi puisi [...] (SR, 15 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan diatas dapat diketahui bahwa LA dan SR menyadari kemampuan yang mereka miliki walaupun mereka memiliki keterbatasan.

Pengakuan Potensi Diri

LA dan SR memiliki potensi diri yang terkadang juga dapat bermanfaat untuk lingkungan sekitarnya. Potensi diri yang dimiliki oleh kedua subjek juga diakui oleh orang lain. Seperti yang dijelaskan pada kutipan berikut:

[...] yang saya lihat dia suka otak atik komputer itu, dia kadang benerin punya ayahnya (KA, 10 Januari 2022)

[...] Sri itu suka nulis, dia juga suka buat quote of the day distorynya versi buatan dia sendiri, bahkan dia pernah bikin artikel juga di idn news (SY, 12 Januari 2022)

Dari kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa walaupun memiliki keterbatasan fisik, LA dan SR juga memiliki potensi diri yang diakui oleh orang sekitarnya.

Pengembangan Potensi

Sadar akan potensi diri yang dimiliki oleh LA dan SR membuat mereka melakukan berbagai usaha untuk dapat terus mengembangkan potensi yang mereka miliki. Hal tersebut disampaikan pada kutipan berikut:

[...] terus belajar jangan malas mencari informasi apalagi sekarang teknologi sudah canggih bisa belajar di *youtube*, saya juga mengikuti kursus bahasa inggris diluar kampus (LA, 10 Januari 2022)

[...] caranya ya kita harus berusaha, harus melakukan dan mencoba berbagai hal dan tahapan dari target itu agar tercapai, intinya latihan aja terus [...] (SR, 11 Januari 2022)

Berdasarkan kutipan tersebut dapat dilihat bahwa LA dan SR mempunyai berbagai cara untuk terus mengasah potensi yang mereka miliki. Mereka tidak malas dan selalu mau untuk berusaha.

Menerima Pengalaman Baru

Berbagai pengalaman yang dialami oleh LA dan SR menjadi salah satu cara dalam proses pengembangan diri. Salah satu subjek yaitu LA selalu mau menerima pengalaman baru yang berasal dari lingkungannya. Seperti yang disampaikan pada kutipan berikut:

Saya mau berteman dengan siapa aja mau cewek, cowok, muda, atau tua bebas saya gak pernah milih-milih karena dengan berteman itu kita juga bisa dapet pengalaman bisa belajar dari cerita pengalaman orang lain (LA, 10 Januari 2022)

Dari kutipan tersebut dapat diketahui bahwa dengan keterbatasan yang dialami oleh LA tidak menutup diri subjek untuk terbuka dan mau menerima pengalaman baru. Pengalaman tersebut dapat berasal dari teman-teman disekitarnya.

Pembahasan

Keterbatasan fisik yang dialami oleh individu dapat mempengaruhi segala aspek kehidupannya. Keterbatasan yang terjadi pada LA dan SR tidak membuat mereka patah semangat. Bentuk penerimaan diri atas kondisi yang dialami oleh subjek LA dan SR yaitu memiliki motivasi untuk dapat terus menjadi lebih baik lagi agar terus bisa membuktikan kepada orang-orang sekitarnya bahwa kedua subjek juga mampu melakukan aktivitas seperti orang normal dan juga mampu meraih cita-cita. Pernyataan tersebut dibuktikan dengan rasa semangat pada diri kedua subjek untuk terus menempuh pendidikan setinggi mungkin. Subjek LA dan SR bahkan memilih untuk bersekolah disekolah normal agar dapat terus bersaing dan mengasah kemampuan dengan anak normal pada umumnya. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Widinarsih (2019) yang menjelaskan bahwa penyandang disabilitas juga merupakan makhluk sosial yang mempunyai potensi dan kemampuan yang tidak jauh berbeda dengan manusia normal lainnya.

Selanjutnya hasil penelitian yang lainnya menunjukkan jika keterbatasan fisik yang dialami oleh LA dan SR membuat kedua subjek tetap percaya diri, mampu menerima kondisi, dan selalu bersyukur. Keterbatasan fisik yang dialami oleh kedua subjek sejak lahir membuat subjek lebih mudah menerima kondisi fisiknya. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Abiyoga & Sawitri (2017) yang menjelaskan jika individu yang mengalami keterbatasan fisik sejak lahir akan lebih mudah menerima keadaan fisiknya. Subjek LA mengalami *cerebral palsy* semenjak lahir yang mengakibatkan ia sering mengalami sakit dan *step* begitu pula dengan subjek SR yang sejak kecil juga mengalami sakit-sakitan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Damayanti *et al.* (2021) menjelaskan jika penerimaan diri dapat ditunjukkan dengan adanya rasa penerimaan terhadap keadaan, mampu menerima kekurangan fisik yang dimilikinya, percaya terhadap kemampuan diri sendiri, dan tidak menilai diri negatif. Hal ini sama seperti dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti jika subjek LA dan SR memiliki penerimaan diri yang cukup baik. Bentuk penerimaan diri tersebut ditunjukkan dengan timbulnya emosi positif dalam menerima diri subjek yakni subjek LA dan RS tetap bisa merasakan bahagia walaupun memiliki keterbatasan fisik, mampu berpikir positif dengan menganggap bahwa yang terjadi pada dirinya adalah ujian dari Allah SWT. Sikap religiusitas yang dimiliki kedua subjek membuat mereka mampu

bersyukur dan memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna.

Tercapainya *psychological well-being* pada subjek LA dan SR berdasarkan aspek penerimaan diri ini tidak terlepas dari adanya dukungan yang subjek dapatkan dari orang-orang disekitarnya. Subjek dengan inisial LA dan SR mendapatkan dukungan paling besar dari orang tuanya, lalu teman-teman dekatnya, dan juga dosen. Hal tersebut membuat kedua subjek lebih mampu menerima kondisi dirinya dan mampu mencapai segala aspek *psychological well-being*. Hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Adelina *et al.* (2018) yang menyebutkan bahwa dukungan sosial termasuk pada salah satu faktor yang memiliki pengaruh sangat penting terhadap kondisi *psychological well-being* penyandang disabilitas.

Ryff (2014) memaparkan bahwa individu yang mempunyai hubungan positif ialah dimana individu tersebut dapat mengembangkan hubungan secara positif, ramah, dan hangat dengan orang lain. Hal tersebut terjadi pada kedua subjek LA dan SR yang selalu berusaha menjalin hubungan positif dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini dibuktikan pada kemampuan kedua subjek untuk ikut mensejahterakan orang lain dengan sikap saling menyayangi, saling melengkapi dan berempati kepada orang lain. Bentuk perilaku yang ditunjukkan oleh LA yaitu LA selalu bersedia membantu temannya dalam mengerjakan tugas serta memberikan support dan perhatian kepada temannya yang juga memiliki keterbatasan seperti dirinya. Bentuk lainnya ditunjukkan oleh SR yang juga tak jarang juga memberikan dukungan secara materil dan moril kepada orang-orang dilingkungan sekitarnya. Terciptanya hubungan positif antara individu yang satu dengan individu yang lain dapat membuat individu tersebut merasa bahagia sebab ia akan merasa mendapatkan dukungan sosial (Adelina *et al.*, 2018). Adanya dukungan dari orang lain juga menyebabkan munculnya kedekatan emosional pada individu tersebut.

Keterbatasan fisik yang terjadi pada subjek LA dan SR tidak menjadi penghambat bagi mereka untuk terus berusaha hidup secara mandiri. Keterbatasan yang dimiliki oleh LA pada kaki dan tangannya sehingga ia lebih sulit untuk bergerak membuat ia tetap berusaha untuk mandiri. LA mengerjakan tugas-tugas kuliahnya sendiri dan juga selalu berusaha untuk merapikan tempat tidurnya sendiri. Namun karena orang tuanya yang selalu merasa khawatir sehingga dalam urusan merawat diri ia selalu dibantu oleh orang tuanya termasuk untuk aksesibilitas ke kampus atau

keluar rumah lainnya ia selalu diantar oleh orang tuanya. Sedangkan pada subjek SR ia lebih mampu merawat dan mengurus dirinya secara mandiri terlebih ia harus hidup merantau jauh dari keluarganya. SR juga mampu untuk pergi sendiri atau memilih untuk menggunakan *ojek online*. Hal tersebut didukung dengan pendapat yang disampaikan oleh Rizky & Purwandari (2019) jika keterbatasan yang dialami oleh individu difabel bukan menjadi suatu penghalang bagi mereka untuk tetap bisa melakukan aktivitas yang dilakukan orang normal umumnya. Kekurangan yang dialami oleh difabel mengharuskan mereka untuk tetap mampu melakukan aktifitas tanpa bantuan orang lain terutama bagi mereka yang tinggal jauh dari keluarganya.

Mulyati dan Martiastuti (2019) memaparkan jika kemandirian perilaku individu juga dapat dilihat melalui kemampuan individu dalam memutuskan suatu hal, menentukan pilihan, melaksanakan keputusan yang dibuat, dan tidak mudah terpengaruh dari tekanan orang lain. Hal tersebut juga sesuai dengan hasil yang diperoleh pada subjek LA dan SR yang memiliki cara tersendiri dalam menghadapi tekanan sosial yang terjadi dalam hidupnya sehingga mereka merasa tidak pernah tertekan dalam menjalani hidup. Bentuk perilaku yang dilakukan oleh kedua subjek yaitu bersikap cuek terhadap hal-hal yang mengarah pada diskriminasi. Hal ini didukung juga dengan pendapat yang dijelaskan oleh Damayanti *et al.* (2021) jika penyandang disabilitas juga mampu menghadapi tekanan sosial yang terjadi, tidak memperdulikan omongan dan pandangan orang lain serta dapat mengambil keputusan sendiri.

Subjek LA dan SR memiliki kemampuan pengambilan keputusan yang berbeda. Subjek SR memiliki kemampuan untuk memutuskan dan menyelesaikan masalahnya secara mandiri tanpa meminta bantuan orang lain. SR beranggapan jika permasalahan merupakan masalah yang pribadi yang alangkah lebih baiknya diselesaikan sendiri. Namun berbeda dengan LA yang lebih memilih untuk meminta pertimbangan terlebih dahulu kepada kedua orang tuanya sebelum menentukan keputusan. Hal tersebut ia lakukan sebab ia percaya jika orang tuanya lebih memiliki pengalaman dari dirinya dan ia juga percaya bahwa keputusan yang diberikan orang tuanya adalah keputusan yang terbaik. Kemandirian individu dalam mengurus diri, menyelesaikan masalah, membuat keputusan, dan menolak adanya tekanan sosial merupakan salah satu bentuk dari *psychological well-being* (Ryff, 2014).

Salah satu aspek mensejahterakan psikologis individu bisa dilihat dari kemampuan individu dalam

menentukan lingkungan yang sesuai dengan kondisi dirinya (Widia & Nurchayati, 2020). Keterbatasan yang dimiliki oleh subjek LA dan SR tidak menjadi penghalangan bagi mereka untuk dapat terus beradaptasi dengan lingkungannya. LA dan SR juga memiliki kemampuan penguasaan lingkungan yang cukup baik. Hal ini dibuktikan dengan subjek LA yang selektif dalam memilih lingkungan sosialnya. Hal ini ia lakukan supaya ia tidak terjebak pada lingkungan negatif yang dapat merugikan dirinya seperti narkoba, minuman keras dan lainnya. Bukti perilaku lainnya dilakukan oleh SR yang tidak membedakan orang disekitarnya. SR mau berteman dengan siapa saja baik dengan penyandang disabilitas maupun dengan orang normal asalkan tidak berteman dengan lingkungan yang toxic.

Hal lain yang menjadi salah satu catatan penting adalah LA dan SR pernah dan masih terlibat dalam organisasi penyandang disabilitas. Sehingga hal tersebut memungkinkan mereka untuk bertemu dan berinteraksi dengan individu yang juga mengalami keterbatasan serta dapat saling berbagi cerita satu sama lain (Brebahama & Listyandini, 2016). LA dan SR sangat aktif dan senang berorganisasi. Hal tersebut dibuktikan dengan subjek LA dan SR tergabung dalam komunitas Perkumpulan Penyandang Disabilitas Indonesia (PPDI). Selain komunitas tersebut, LA dan SR juga bergabung dengan organisasi yang ada dikampusnya sehingga hal tersebut membuat mereka juga mampu beradaptasi dan melakukan interaksi dengan individu yang normal. Keterbatasan yang dialami oleh LA dan SR tidak menghambat mereka untuk terus aktif berperan dan bermanfaat untuk lingkungannya. LA menjelaskan jika alasan bergabung dengan organisasi adalah untuk membantu memajukan dan mempromosikan kampusnya. Sedangkan SR menjelaskan jika alasan bergabungnya dengan organisasi sebagai wadah bagi dirinya untuk terus berkontribusi dan memberikan manfaat pada orang lain. Individu dengan penguasaan lingkungan tinggi adalah individu yang merasa dirinya mempunyai kemampuan dalam menguasai dan mengatur lingkungan, mengontrol hal-hal kompleks dalam berbagai jenis aktivitas, efektif menggunakan kesempatan yang ada dilingkungan, bisa memilih atau membuat konteks yang sesuai dengan nilai atau kebutuhan pribadinya (Ryff, 2014).

Aspek lain dari *psychological well-being* dapat dilihat dari tujuan hidup yang dimiliki oleh individu. Individu dapat dikatakan mempunyai *psychological well-being* yang tinggi ketika individu mampu mempunyai rencana yang terarah dan terstruktur, mempunyai cita-cita, mempunyai makna hidup, dan

mempunyai banyak harapan (Ryff, 2014). Keterbatasan yang dimiliki oleh LA dan SR tidak membuat mereka kehilangan harapan-harapan baik di masa depannya. Kedua subjek memiliki tujuan hidup yang terarah. Hal ini dibuktikan dengan LA dan SR yang sama-sama memiliki tujuan hidup utamanya yakni ingin membanggakan kedua orang tuanya dan ingin selalu membawa manfaat untuk lingkungannya. Kedua subjek memiliki caranya masing-masing untuk mencapai tujuan hidupnya tersebut. LA menjelaskan jika akan terus belajar, berusaha, dan memahami karakter orang-orang disekitarnya. Sedangkan SR selalu menetapkan target dalam setiap apa yang ingin dicapainya. Dengan adanya target ini ia berfikir dapat lebih terarah dalam menjalankan setiap tahapan usahanya. Selain itu kedua subjek juga mempunyai cita-cita. Hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Komarudin (2019) yang menjelaskan jika penyandang disabilitas juga mampu memiliki cita-cita dan tujuan hidup yang baik. Tujuan hidup yang baik merupakan suatu kemampuan individu dalam mengarahkan hidupnya untuk menjadi lebih bermakna.

Keterbatasan fisik yang dialami oleh LA dan SR tidak menjadi penghambat untuk mengembangkan potensi yang mereka miliki. Pengembangan diri juga termasuk pada salah satu aspek dalam mencapai *psychological well-being* individu. Pertumbuhan pribadi dapat diketahui dari kemampuan individu untuk mengenal, mengembangkan potensi diri serta juga mampu untuk terbuka terhadap pengetahuan dan pengalaman baru (Ryff, 2014). Hasil penelitian menerangkan jika LA dan SR memiliki pengembangan diri yang baik. Hal tersebut dibuktikan dengan kesadaran akan potensi yang dimiliki dalam diri subjek serta kemampuan kedua subjek untuk terus mengembangkan diri. LA menyadari jika ia gemar dan mampu dalam bidang komputer. Sedangkan SR menyadari jika kemampuannya dibidang tulis menulis. Potensi yang dimiliki oleh kedua subjek ini juga diakui oleh orang disekitarnya, hal ini terlihat dari Ibu LA yang turut merasakan manfaat dari potensi yang dimiliki oleh LA begitu juga dengan teman SR yang turut membaca artikel tulisan SR yang dipublish diwebsite yang dapat membawa manfaat bagi dirinya. Selain itu LA dan SR bersikap terbuka dalam menerima pengetahuan atau pengalaman baru supaya dapat terus mengembangkan potensinya. Hal tersebut selaras dengan pendapat yang disampaikan oleh Damayanti *et al.* (2021) jika penyandang disabilitas juga memiliki kemampuan pengembangan diri yang baik saat ia mampu mengenali pertumbuhan dan perkembangan yang ada pada dalam dirinya,

memandang diri sebagai manusia yang tumbuh dan berkembang, sadar atas potensi yang ada dalam diri, dan tidak mengalami stagnansi.

Faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* individu adalah religiusitas. Hal ini berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang mempunyai tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya dapat menjadi lebih bermakna. Hal ini bisa dilihat dari yang terjadi pada subjek LA dan SR dimana mereka merasa kekurangan fisik yang dialami bukan merupakan suatu yang buruk yang terjadi dalam hidupnya. Kedua subjek tetap menikmati dan mensyukuri kondisi fisik yang mereka alami. Mereka menerima dengan ikhlas atas apa yang telah Tuhan berikan. Selain itu orang sekiranya menjelaskan jika kedua subjek termasuk orang yang rajin dalam beribadah. Hal ini didukung oleh pendapat yang disampaikan oleh Rahmah (2018) bahwa individu yang mempunyai penghayatan agama yang baik dapat membuat mereka mampu menghayati nilai-nilai keyakinan yang dianut oleh mereka dan mengaplikasikannya dengan baik sehingga dapat memiliki kehidupan yang lebih positif.

PENUTUP

Simpulan

Pada masa dewasa awal manusia akan banyak menemui berbagai permasalahan dalam hidup dan permasalahan tersebut harus bisa diselesaikan dengan baik begitu pun individu penyandang *cerebral palsy* yang juga harus mampu menyelesaikan tugas perkembangannya walaupun memiliki keterbatasan fisik. Dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan jika individu yang mengalami *cerebral palsy* juga mampu mencapai kondisi *psychological well-being*. Subjek memiliki motivasi yang tinggi untuk meraih cita-citanya. Alasan subjek tidak berada pada sekolah khusus agar dapat terus bersaing dan mengasah kemampuan dengan anak normal pada umumnya.

Bentuk penerimaan diri kedua subjek ditunjukkan dengan munculnya emosi positif dalam menerima diri, tetap bisa merasa bahagia, mampu berpikir positif dan menikmati hidup. Penerimaan diri yang dilakukan oleh subjek dapat membuat dirinya lebih mudah menjalin hubungan positif dengan lingkungannya dengan ikut mensejahterakan orang lain dengan sikap saling menyayangi, saling melengkapi dan berempati kepada orang lain. Subjek SR lebih dapat bersikap mandiri dari pada subjek LA. Hal ini dikarenakan kategori *cerebral palsy* yang

dialami kedua subjek berbeda sehingga hal tersebut juga berdampak pada aktifitas fisik yang dialaminya.

Kedua subjek mempunyai kemampuan adaptasi yang cukup baik untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Keterbatasan yang dialami oleh mereka tidak menjadi penghalang untuk tetap aktif mengikuti organisasi. Kedua subjek memiliki tujuan hidup dan cita-cita yang ingin diraih khususnya dalam hal membanggakan kedua orang tua. Kedua subjek selalu ingin mengembangkan diri agar dapat terus bisa mengembangkan potensi yang dimiliki dan juga agar dapat terus memberikan manfaat bagi orang-orang disekitarnya. Adanya dukungan sosial dari orang tua, teman dan dosen membuat kedua lebih mampu menerima kondisi dirinya dan mampu mencapai segala aspek *psychological well-being*. Religiusitas yang dimiliki subjek membuat mereka mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna.

Saran

Berdasarkan hasil yang didapatkan pada penelitian ini, maka dapat diberikan beberapa saran berikut ini:

1. Bagi penyandang *cerebral palsy*

Bagi penyandang *cerebral palsy* diharapkan untuk tidak hanya terfokus pada ketidakmampuan yang diakibatkan oleh *cerebral palsy* yang dialami, tetapi alangkah lebih baiknya untuk selalu berusaha untuk menggali potensi yang dimiliki sebagai bekal bagi kehidupan di masa yang akan datang. Diharapkan mereka dapat selalu bersyukur dan meningkatkan keimanan serta dapat selalu menjalin hubungan yang positif dengan orang-orang disekitarnya.

2. Bagi masyarakat

Bagi masyarakat diharapkan tidak memberikan penilaian negatif kepada individu yang memiliki keterbatasan fisik dan mau menerima mereka untuk bergabung dalam lingkungan masyarakat. Masyarakat hendaknya juga membuka kesempatan bagi mereka untuk dapat berkontribusi pada setiap kegiatan dan memberikan semangat dan dukungan bagi mereka untuk mengurangi tekanan psikis yang dapat mereka alami.

3. Bagi pemerintah

Bagi pemerintah diharapkan dapat membuat aturan yang memberikan ruang atau kesempatan bagi individu penyandang *cerebral palsy* agar dapat diterima di sekolah normal dengan melihat kemampuan dan keahlian yang mereka miliki. Selain itu diharapkan pula pemerintah dapat menyediakan fasilitas dan akomodasi yang memadai bagi penyandang *cerebral palsy*.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperbanyak jumlah subjek penyandang *cerebral palsy* yang disertai dengan kebudayaan yang berbeda-beda.

DAFTAR PUSTAKA

- Abiyoga, M. I., & Sawitri, D. R. (2017). "Tabah di Dalam Kekuranganku" Studi Kualitatif Mengenai Hardiness pada Individu Dewasa Madya Penyandang Tunadaksa yang Bekerja. *Empati*, 6(4), 25–32. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/19984>
- Adelina, F., Akhmad, S. K., & Hadi, C. (2018). Bagaimana Agar Penyandang Tuna Daksa Mampu Menjadi Pribadi Yang Bahagia? *Jurnal Sains Psikologi*, 7(2), 119–125. <https://doi.org/10.17977/um023v7i22018p119>
- Anindita, A. R., & Apsari, N. C. (2020). Pelaksanaan Support Group Pada Orangtua Anak Dengan Cerebral Palsy. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(2), 208. <https://doi.org/10.24198/focus.v2i2.26248>
- Brebahama, A., & Listyandini, R. A. (2016). Gambaran Tingkat Kesejahteraan Psikologis Penyandang Tunanetra Dewasa Muda. *Mediapsi*, 02(01), 1–10. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2016.002.01.1>
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches [2nd Ed.]* (Vol. 148). SAGE.
- Damayanti, E., Maslihah, S., & Damaianti, L. F. (2021). Psychological Well-Being Pada Remaja Tuna Daksa. *Psikovidya*, 25(1), 45–51. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v25i1.137>
- Handoyo, A. D., Liritantri, W., Dhya, M., & Pramesi, U. (2020). Penerapan Konsep A. B. L. E. Pada Ruang Terapi Anak Berkebutuhan Khusus Cerebral Palsy The Application of A. B. L. E. Concept at Children's Therapy Room with Special Needs Cerebral Palsy. 18(2), 315–326. <https://doi.org/https://doi.org/10.20961/arst.v18i2.43680>
- Herdiansyah, H. (2015). *Metode penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi*. Salemba Humanika.
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- King, L. (2007). *The science of psychology: The appreciative view*. Mc Graw Hill.
- Komarudin. (2019). Psychological well-being pada anak berkebutuhan khusus di sekolah inklusif. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 1(1), 51–61. <https://doi.org/10.32923/psc.v1i1.878>
- Kristiawan, B., Wijayanta, A. T., & Suminah. (2016). Rehabilitasi bersumberdaya masyarakat bagi penyandang difabel di sanggar inklusi mutiara

- bunda. *Semar*, 5(1), 73–81.
<https://jurnal.uns.ac.id/jurnal-semar/article/view/16326/13126>
- Luhpuri, D., & Andayani, R. H. R. (2019). *Disabilitas: Pengenalan dan praktik pekerjaan sosial dengan disabilitas di Indonesia*. Poltekesos Press Bandung.
- Maimunah, S. (2013). Studi eksploratif perilaku koping pada individu dengan cerebral palsy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(01), 156–171.
<https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v1i1.1365>
- Mulyati, M., & Martiastuti, K. (2019). The relationship between family function and adolescent autonomy in the rural and urban area. *Journal of Family Sciences*, 3(1), 15.
<https://doi.org/10.29244/jfs.3.1.15-29>
- Papalia, D. K., Feldman, R. D., & Olds, S. W. (2008). *Human Development* (10th ed.). Mc Graw Hill.
- Pradono, J., Soerachman, R., Kusumawardani, N., & Kasnodiharjo. (2018). *Panduan penelitian dan pelaporan penelitian kualitatif*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35–40.
<https://doi.org/10.23916/08430011>
- Rahmah, H. (2018). Pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap kualitas hidup remaja penyandang disabilitas fisik. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 11(23), 19. <https://doi.org/10.35931/aq.v0i0.2>
- Rahmat, A. N. (2020). *Gambaran kesejahteraan psikologis pada tuna daksa*. Universitas Widya Dharma Klaten.
- Rizky, R., & Purwandari, E. (2019). *Kemandirian Pada Dewasa Difabel* (Vol. 1) [Universitas Muhammadiyah Surakarta].
<http://eprints.ums.ac.id/38717/>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
<https://doi.org/10.1159/000353263>
- Santrock, J. W. (2011). *Life span development: Perkembangan masa hidup* (13th ed.). Erlangga.
- Septiningsih, D. H. N., & Cahyanti, I. Y. (2014). Psychological Well-being Ayah Tunggal Dengan Anak Penderita Cerebral Palsy. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 3(1), 50–58. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpppca8262e90cfull.pdf>
- Venty, F., Wibhawa, B., & Taftazani, B. M. (2015). Efektivitas program pelayanan sosial pada anak cerebral palsy oleh Sekolah Luar Biasa. *Social Work Journal*, 5(1), 1–8.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24198/share.v5i1.13124>
- Wicaksana, R. W., Yuwono, M.Pd, D. J., & Utami, M.Pd, Y. T. (2018). Penerapan Permainan Monopoli untuk Meningkatkan Kemampuan Motoric Halus Anak Cerebral Palsy di SKh Al-Khairiyah Cilegon. *UNIK (Jurnal Ilmiah Pendidikan Luar Biasa)*, 3(2).
<https://doi.org/10.30870/unik.v3i2.5311>
- Widia, R. A., & Nurchayati. (2020). Psychological well-being pada pasangan disabilitas tunanetra dan tunadaksa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 07(02), 1–15.
- Widinarsih, D. (2019). Penyandang Disabilitas Di Indonesia: Perkembangan Istilah Dan Definisi. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 20(2), 127–142.
- Yuniati, R., Andrianie, P. S., & Sulistyawati, D. (2017). Pengaruh terapi candara jiwa terhadap inferioritas pada tuna daksa. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia, 1993*, 139–145.